

INSUCE

JULIO 2025

**Un poco
de historia**

*una trayectoria
de innovación y
compromiso*

10  **AÑOS**
APRENDIENDO
JUNTOS

**UNA DÉCADA DE EXCELENCIA:
10 AÑOS IMPULSANDO EL TALENTO
EMPRESARIAL Y DEPORTIVO EN INSUCE**



INSUCE

10 años:

miles de historias de éxito



UNA DÉCADA DE HISTORIAS DE ÉXITO

**MTRO. MIGUEL ÁNGEL
SOLARES RODRÍGUEZ
RECTOR DE INSUCE**

Hace diez años iniciamos un proyecto que nació de la convicción de que la educación no solo transforma realidades, sino que también construye comunidad. Fundamos INSUCE con la certeza de que formar profesionales en áreas tan vitales como la educación nutricional, la salud y el deporte, así como el área empresarial, debía hacerse desde el conocimiento, pero también desde la empatía, la pasión y el compromiso ético.

Hoy, al conmemorar nuestra primera década, celebramos mucho más que un aniversario. Celebramos las historias de vida que se han tejido dentro de nuestras aulas, pasillos y espacios de práctica; historias que reflejan esfuerzo, vocación, disciplina, transformación personal y profunda humanidad.

Cada una de estas personas representa lo que INSUCE significa: un espacio donde se siembran sueños, se cultiva el conocimiento y se fortalecen valores. Nuestro propósito va más allá del aula: buscamos formar agentes de cambio capaces de incidir positivamente en su entorno, por eso, este aniversario no es solo una celebración interna, es un reconocimiento público a quienes han confiado en nosotros, nos han elegido y han crecido con esta Institución.

Seguiremos trabajando con dedicación, innovando con responsabilidad y educando con sentido humano porque creemos en el poder transformador de la educación, del conocimiento compartido y del compromiso que trasciende generaciones.

Gracias a todas y todos los que han confiado en este proyecto, a quienes han creído que aprender juntos es una forma de construir comunidad. Seguiremos trabajando con pasión y responsabilidad, sabiendo que la educación, cuando se hace con propósito, transforma no solo profesiones, sino también vidas.

“Lo mejor de INSUCE, estoy seguro, aún está por escribirse.”



Ceremonia de entrega de certificados, INSUCE, 2025.

PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025

ERNESTINA NAVA

DIRECTORA DE RECURSOS HUMANOS

Un pilar en INSUCE, combina su liderazgo con el estudio constante, su compromiso junto con su gran experiencia son ejemplo de crecimiento y dedicación.



ANTONIO MIRANDA

COORDINADOR DE ADMINISTRACIÓN

Con firmeza y dedicación, ha fortalecido el equipo administrativo, inspirando confianza así como compromiso para superar cualquier desafío.



ANDREA MARTÍNEZ

DOCENTE

Apasionada por la nutrición deportiva, guía a sus estudiantes con sensibilidad y rigor, fomentando un compromiso real con la salud así como el bienestar.



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



ANDREA MEJÍA

DOCENTE

Promueve una enseñanza basada en respeto combinada con colaboración, inspirando a sus estudiantes a crecer con seriedad.



JACOBO CABRERA

ESPECIALISTA EN FITNESS Y REHABILITACIÓN

Con más de tres décadas de experiencia, ha convertido su pasión por el deporte en un legado que inspira y transforma vidas.



ESTEFANÍA RAMÍREZ

NUTRIÓLOGA DEPORTIVA

Equilibra con disciplina su rol de madre, emprendedora y estudiante, siempre transformando su pasión en una carrera con propósito.

PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025

ALBERTO SEVILLA

ENTRENADOR/ PREPARADOR FÍSICO

Alberto Sevilla es un egresado destacado de INSUCE, especializado en Ciencias del Deporte y Nutrición Deportiva.



KATIA RODRÍGUEZ

DOCENTE

Su paso por INSUCE la transformó, sacándola de su zona de confort y preparándola para inspirar y acompañar a otros con autenticidad.



LEONARDO MARTÍNEZ

GERENTE DE GIMNASIO

Con esfuerzo y pasión, cumplió la promesa hecha en su infancia, transformando su amor por el deporte en una carrera de éxito y liderazgo.



LÍNEA DEL TIEMPO

Apertura de INSUCE:

inicio de actividades con visión educativa y compromiso social (Sede Centro)

2015

Establecimiento de la sede Morelos en Cuernavaca (CAD Morelos)

2017

Apertura de la sede Xochimilco (CAD Sur)

2018

Reconocimiento como **escuela de excelencia** académica

2022

Distinción por innovación educativa y nuevas licenciaturas

2023

LÍNEA DEL TIEMPO

Evolución a
modalidad 100% en
línea y semipresencial

2023

Consolidación como
referente nacional en
educación deportiva

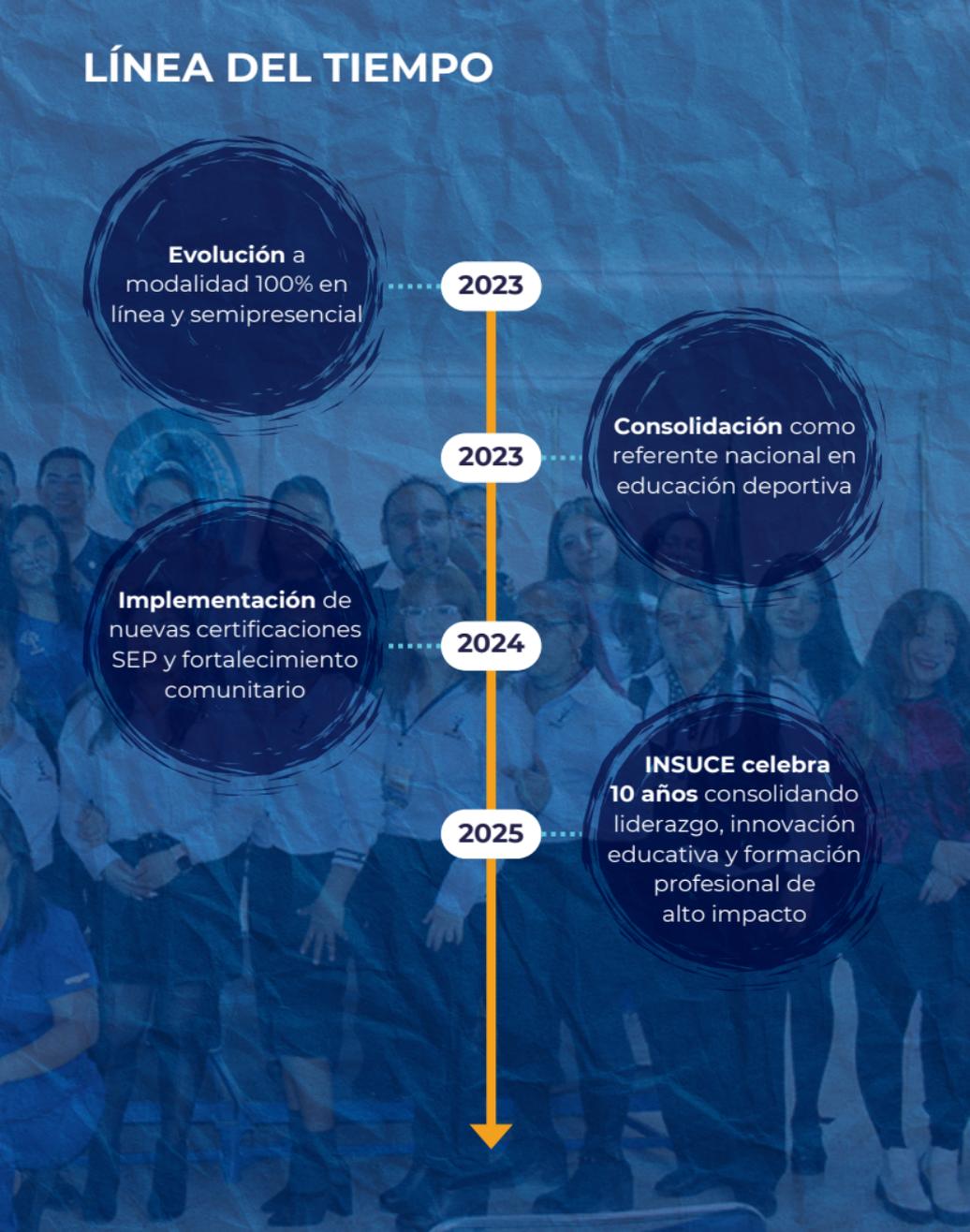
2023

Implementación de
nuevas certificaciones
SEP y fortalecimiento
comunitario

2024

**INSUCE celebra
10 años** consolidando
liderazgo, innovación
educativa y formación
profesional de
alto impacto

2025



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



ERNESTINA NAVA

**EL ROSTRO DEL PROGRESO
EN INSUCE**

Desde Recursos Humanos y con una trayectoria que acompaña casi desde el inicio a INSUCE, Ernestina Nava ha convertido cada paso en una oportunidad para aprender, aportar y demostrar que nunca es tarde para seguir creciendo.

“Estar en el décimo aniversario de INSUCE es una gran satisfacción. Al hacer el análisis, me doy cuenta de que el avance que hemos tenido ha sido mucho y progresivo”.

**“CON MI EDAD,
NO ME QUIERO
LIMITAR Y QUIERO
CONTINUAR”.**

Para Ernestina, su experiencia de vida es también su brújula. Y aunque reconoce el esfuerzo de muchos compañeros, ella misma es ejemplo de determinación



Ernestina llegó a INSUCE por recomendación de una vecina, sin imaginar que ahí encontraría un espacio donde desarrollarse y dejar huella. Hoy, es directora de Recursos Humanos y cursa la Licenciatura en Contaduría Pública, con el firme propósito de seguir mejorando:

“Yo ya tenía conocimiento a nivel técnico, pero al ver la oportunidad de continuar aquí, me sentí impulsada a seguir para mejorar en mi empleo”.

Gracias a la motivación de sus líderes, decidió retomar los estudios y aplicar lo aprendido desde el primer día. Liderazgo, control de gastos y operación administrativa son parte de su día a día: *“Estoy aprendiendo a llevar un control pleno de todas las operaciones que se generan al día”.*

Para Ernestina, su experiencia de vida es también su brújula. Y aunque reconoce el esfuerzo de muchos compañeros, ella misma es ejemplo de determinación.



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



ANTONIO MIRANDA

**CONSTRUIR CON ORDEN,
CRECER CON LEALTAD**

Coordinador de Administración en INSUCE, es testimonio de cómo la disciplina, los valores y la constancia pueden transformar no solo una trayectoria profesional, sino el corazón operativo de una institución.

José Antonio llegó a INSUCE en un momento complejo de su vida. Buscaba trabajo con urgencia, y aunque recibió varias ofertas, decidió quedarse con la primera institución que confió en él. *“Por lealtad, escogí a INSUCE”,* recuerda.

“VAYAN ANTE LA
VIDA Y ANTE TODO
SIN MIEDO. DIGAN
QUE SÍ A LOS
RETOS Y NUNCA
SE RINDAN”.



Hoy, tras años de compromiso y crecimiento, lidera un área administrativa sólida, con procesos tan bien establecidos que otras áreas ya dependen de ellos para funcionar mejor. *“Me siento orgulloso de haber consolidado el área”*, afirma.

Su mayor fortaleza no está solo en su formación académica, sino en los principios que guían su día a día. Desde ahí, construye. Desde ahí lidera. *“Con un equipo de trabajo fuerte, cualquier anomalía puede resolverse”*.

A una década del nacimiento de la Universidad, José Antonio celebra con orgullo haber sido parte de este crecimiento porque confía en el talento humano: *“INSUCE ayuda a las personas a crecer profesionalmente”*, dice.



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



ANDREA MARTÍNEZ

**PROTEGER LA SALUD Y
FORMAR CON EMPATÍA**

Docente en INSUCE, une ciencia, vocación y conciencia para formar nutriólogos comprometidos con la salud en una disciplina que apenas empieza a encontrar su verdadero valor.

“No estudien nutrición para lucrar con la salud. Háganlo por amor, por vocación, para realmente ayudar.”

Andrea nunca pensó que su paso por una situación difícil como estudiante sería la semilla de su vocación como docente.

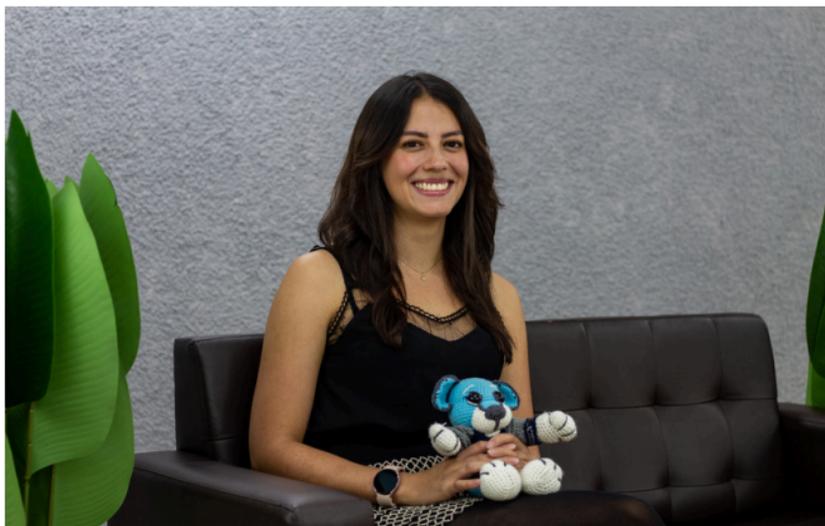
“VAYAN ANTE LA
VIDA Y ANTE TODO
SIN MIEDO. DIGAN
QUE SÍ A LOS
RETOS Y NUNCA
SE RINDAN”.



Hoy, con una formación en Dietética y Nutrición y una maestría en Administración de Sistemas de Salud, Andrea enseña desde el compromiso ético, convencida de que la nutrición, especialmente en el deporte, debe proteger antes que imponer.

Desde hace cuatro años forma parte del equipo académico de INSUCE, donde ha encontrado un espacio que —en sus palabras— “realmente se preocupa por los estudiantes”. Su enfoque combina teoría, práctica y contexto, y tiene un objetivo claro: formar profesionales capaces de combatir la desinformación con evidencia y sensibilidad.

“INSUCE está abriendo camino en nutrición deportiva. Aquí se están formando verdaderos expertos, con bases científicas sólidas y ética profesional”, afirma. Para ella, el futuro está en quienes estudian con pasión y responsabilidad, y en universidades que, como INSUCE, se renuevan constantemente para responder a los desafíos reales de la salud y el rendimiento físico.



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



ANDREA MEJÍA

**ENSEÑAR DESDE LA EMPATÍA,
FORMAR DESDE LA PASIÓN**

Docente de INSUCE, nutrióloga y estudiante incansable, Andrea Mejía comparte su visión sobre la docencia como un acto de conexión, vocación y transformación.

“Me emociona poder compartir conocimientos, y más cuando veo que los alumnos comprenden algo complicado.”

Andrea Mejía Medina encontró en la enseñanza universitaria algo más que una profesión: una forma de inspirar desde la comprensión.

“EN LUGAR DE
COMPETIR, HAY
QUE COMPARTIR
LO QUE SABEMOS.
ESO ENRIQUECE
LA LICENCIATURA”.

Andrea cree
en una educación
basada en el respeto, la
actualización constante y
la colaboración.



Nutrióloga, con diplomados en nutrición deportiva y nutrigenómica, actualmente cursa la Maestría en Entrenamiento Deportivo y la Licenciatura en Mercadotecnia en INSUCE, donde también ejerce como docente.

Desde el aula, enseña con humildad y cercanía. “Me gusta ponerme en el lugar del alumno. Yo también fui de esas que no entendían todo a la primera”. Sus estudiantes valoran su claridad, sus materiales didácticos y la forma en que traduce temas complejos a un lenguaje accesible. Aunque reconoce que la tecnología puede ser un reto, también la ve como aliada para mantener el interés y la aplicabilidad en clase. “Lo importante es cómo la integramos para mejorar la enseñanza”.

A 10 años del nacimiento de INSUCE, ser parte de esta comunidad la llena de orgullo. “Cada vez más personas entienden que, para dar una buena consulta, no basta con un curso. Hay que formarse con seriedad”.



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



JACOBO CABRERA DE LA DISCIPLINA AL LEGADO

Con más de 30 años de experiencia en el mundo del fitness, la fisioterapia y la rehabilitación, Jacobo Cabrera no solo ha forjado una carrera sólida, sino también un propósito de vida: compartir su conocimiento para transformar la salud y el rendimiento de otros.

“INSUCE me dio la oportunidad de reivindicarme a mí mismo en mi vida profesional, pero también de profesionalizarme para poder darme mejor a las personas que ponen su salud en mis manos”.

“ESTÁS POR
ENTRAR A UNA VIDA
MARAVILLOSA, CON
MUCHAS VERTIENTES
PROFESIONALES.
ESTA CARRERA NO
SERÁ SOLO TU
PROFESIÓN: SERÁ
TU ESTILO DEVIDA”.

Les dice a quienes inician
este camino.



Competidor de alto rendimiento, formador y apasionado del deporte, Jacobo canalizó su energía y experiencia hacia un enfoque más integral de la Cultura Deportiva. Durante su formación en INSUCE, fortaleció su visión y adquirió herramientas que lo impulsaron a elevar la calidad de su práctica, permitiéndole acompañar a cada persona desde una mirada más humana, consciente y técnica.

Estudiar en INSUCE no fue fácil: viajaba cada semana desde Pachuca para tomar clases. “Valió la pena cada momento, cada vivencia”, afirma. La titulación representó un logro profundo, un punto de inflexión en su historia. “No fue jactancia, fue orgullo legítimo”, dice sobre el momento en que pudo firmar como licenciado.

Hoy, además de ejercer, es tallerista en su alma máter. “Es una de las mayores satisfacciones de mi carrera. Significa que hice bien las cosas, que no cerré puertas, sino que dejé huellas”.



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



ESTEFANÍA RAMÍREZ

**UNA VIDA ENTRE EL DEPORTE,
LA NUTRICIÓN Y LA MATERNIDAD**

Combinar ser madre, emprendedora y estudiante no es tarea fácil, pero Estefanía Ramírez Carpintero encontró en INSUCE el impulso para convertir su pasión por el deporte y la nutrición en una carrera profesional con propósito.

“Todo esto surgió gracias a mi pasión por el fitness y el deporte”, comparte Estefanía, quien eligió estudiar Educación Nutricional Deportiva cuando ya era mamá y propietaria de un gimnasio.

“EL PROYECTO
MÁS IMPORTANTE
QUE TENEMOS
SOMOS NOSOTRAS
MISMAS”

Con disciplina y organización, logró equilibrar cada faceta de su vida. Hoy sueña con estudiar una maestría y seguir creciendo.



La flexibilidad de INSUCE, con su modelo híbrido, le permitió avanzar sin renunciar a ninguna de sus responsabilidades.

Desde el inicio de su carrera, comenzó a compartir contenido educativo en redes sociales. “Empezaba a compartir datos sobre nutrición, entrenamiento y cómo lo aplicaba en mi vida... la gente conectó con eso”. Al egresar, su comunidad ya confiaba en su trabajo.

A las futuras generaciones les deja un mensaje claro: “Atrévete a compartir lo que sabes, aunque sea poquito. Y nunca dejes de aprender más allá del aula”.



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



ALBERTO SEVILLA

**PASIÓN, CRITERIO Y
HAMBRE DE CONOCIMIENTO**

Egresado de INSUCE, nutriólogo deportivo y creador de Neogym, Alberto Sevilla ha hecho de su pasión por la nutrición y el ejercicio una misión de vida, impulsada por el conocimiento, la disciplina y un profundo deseo de transformar vidas.

“Llevar el mensaje de que más personas pudieran escuchar lo que yo quería decir con respecto a la nutrición y el ejercicio, me hizo crear mi marca personal”

“LOGRAR QUE ESOS ADULTOS MAYORES, ESOS PACIENTES CON OBESIDAD, CON DIABETES, PUEDAN TENER UNA VIDA PLENA, FELIZ Y FUNCIONAL, ME LLENA POR IGUAL DE DICHA, MÁS QUE CUALQUIER GRADO ACADÉMICO; MEJORAR LA SALUD DE MUCHAS PERSONAS NO SABEN CÓMO ME LLENA DE SATISFACCIÓN”.

Su mayor satisfacción no está en los podios, sino en las historias que ha acompañado.



Desde muy joven, Alberto Sevilla Chávez supo que su pasión no era pasajera. A los 14 años, mientras otros adolescentes se debatían entre pasatiempos y dudas vocacionales, él devoraba libros y revistas sobre nutrición y entrenamiento físico. “Tuve que aprender inglés para entender toda la información que no había en libros de español”, recuerda.

Con una trayectoria académica que abarca desde la licenciatura en Educación Nutricional Deportiva en INSUCE hasta un doctorado en Ciencias de la Investigación para la Actividad Física y el Deporte, Alberto ha convertido su pasión en un proyecto de vida.

Neogym es hoy la cristalización de su recorrido. Lo que comenzó como una página con artículos se convirtió en una plataforma de consultoría, formación y motivación. Pero más allá de las redes y los seguidores, hay una intención más profunda: “Quiero que más personas escuchen mi mensaje sobre nutrición y ejercicio”. A quienes sueñan con seguir este camino, les deja un mensaje claro: “No esperen saberlo todo para comenzar. Tengan hambre, pero de conocimiento. Atrévansen. Equivóquense. Tengan criterio propio, no sean solo repetidores”.



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



KATIA RODRÍGUEZ

DE ESTUDIANTE A GUÍA

Para Katia, egresada y hoy docente en INSUCE, enseñar no es solo transmitir conocimiento: es compartir pasión, formar desde el amor y devolver lo que la institución sembró en ella.

“Me considero una persona transparente, amorosa y, sobre todo, apasionada”, dice Katia Rodríguez, egresada de la Licenciatura en Educación Nutricional Deportiva y ahora también docente en su alma máter.

“SIGAMOS
TRANSFORMANDO
VIDAS, SIGAMOS
APASIONANDO A
LAS PERSONAS QUE
SE INTERESAN POR
SEGUIR CRECIENDO
Y DEJEMOS UNA
HUELLA EN ELAS”



Para ella, estudiar en INSUCE fue mucho más que una etapa: “Significó la apertura a grandes oportunidades y muchas puertas abiertas”.

Su formación no solo la preparó para el mundo laboral: la transformó. “Salí de mi zona de confort, aprendí a desenvolverme con las personas, a adaptarme”, cuenta. Y fue durante la carrera que supo que iba por el camino correcto: “Las clases dejaron de ser clases y se convirtieron en pláticas con mi mejor amiga. Estaba aprendiendo lo que más me apasiona”.

Ahora, como formadora, cumple un sueño. “Ser docente en INSUCE es una oportunidad demasiado linda. Contribuir a los sueños de los demás me llena muchísimo”.



PERSPECTIVAS QUE INSPIRAN

GACETA DE ANIVERSARIO 10 AÑOS DE INSUCE

JULIO 2025



LEONARDO MARTÍNEZ

UNA PROMESA CUMPLIDA

Con esfuerzo, pasión y una promesa hecha en la infancia, José Leonardo Martínez convirtió su amor por el deporte en una carrera profesional. Hoy es licenciado, gerente de gimnasio y ejemplo de que los sueños sí se alcanzan.

“Le prometí a mi papá que iba a ser licenciado y lo logré”, dice José Leonardo Martínez con orgullo. Ese compromiso nació a los 12 años, tras la pérdida de su hermano. Años más tarde, se convirtió en Licenciado en Cultura Deportiva para el Alto Desempeño por INSUCE.

“SER ESTUDIANTE
DE INSUCE FUE
LO MÁS PADRE
PORQUE ENCONTRÉ
GENTE MARAVILLOSA,
TODOS NOS
DEDICAMOS AL
DEPORTE Y ESO ME
ENCANTÓ. ESTUVE
EN EL LUGAR
CORRECTO”



Su etapa como estudiante fue desafiante pero transformadora. “Tenía una hija de nueve meses, trabajaba de seis de la mañana a once de la noche y hacía tareas de doce a dos”, recuerda. Hoy, es gerente de un gimnasio y se considera afortunado de haber encontrado una institución que lo formó no solo en lo deportivo, sino también en lo administrativo.

INSUCE fue más que una escuela: fue comunidad, inspiración y punto de partida. “Estuve en el lugar correcto”, afirma. Reconoce con cariño a docentes que lo marcaron y destaca el impacto que han tenido en su carrera. Ahora sueña con emprender y convertirse también en docente.





INSUCE